Nhật tụng Kālāma – Kinh tạng trích diễm

Kinh Thập Độ 3 – 28/01/2024

Kalama tri ân cô Diệu Hỷ ghi chép

Thưa bà con,

Chúng ta đã nói chuyện với nhau 8 Ba La Mật, tức là những hạnh lành cần được thực hiện để trở thành một vị Phật Toàn Giác, Độc Giác, Thinh văn giác.

Cũng 10 hạnh lành đó thôi, nếu muốn thành vị Phật Tổ Như Lai, nói theo kinh điển Nam truyền Pali, phải mấy chục A Tăng Kỳ đại kiếp, không phải kiếp người. A tăng kỳ = 10^140. Vị Bồ Tát trí tuệ mạnh tu nhanh nhất là 20, Hạnh Đức Tin chậm hơn chút là 40, chậm nhất là Hạnh Tinh Tấn là 80. Cũng 10 cái này thôi mà nó lâu. Thứ hai, dám vì 10 cái này từ bỏ sinh mạng, từ bỏ tứ chi lục phủ ngũ tạng, từ bỏ ngai vàng, từ bỏ vợ cơn,... không tiếc cái gì. Thì mới thành Phật Tổ. Khi thành rồi hạnh lành nào cũng có, đệ tử dầu hạnh gì chỉ một phần tỷ của Ngài thôi.Ai Ngài cũng thương, cái gì Ngài cũng biết. Ngài có vô lượng phương tiện độ người hữu duyên.

Độc Giác cũng tu 10 cái này mà ít hơn, chỉ 2 A Tăng Kỳ, có khả năng tự ngộ, có điều trên không thầy dưới không trò, không dạy được ai giống như mình. Không dạy được, không muốn làm đạo sư trong cuộc đời này.

Dưới bậc nữa là Thinh văn. 2 Vị Thượng Thủ Thinh văn phải tu 1 A Tăng Kỳ, 1 phần mấy mươi chư Phật Như Lai. Dưới 2 vị này thì bất định. Đại Thinh văn thì 100.000, dưới Đại Thinh văn thì có người vầy người khác, người lâu người mau.

Cái quan trọng nhất là **Khi chứng rồi thì giống nhau**. Đây là điểm đặc biệt của kinh điển Pali. Thầy trò chênh lệch nhau nhiều thứ phước báu, công đức, trí tuệ, thần thông ... gì đi nữa, nhưng nói về sự thanh tịnh thì đức Thế Tôn – Chánh Đẳng Giác cũng là một vị A La Hán, một vị đệ tử sa di 7 tuổi cũng là A La Hán; 2 vị này hoàn toàn thanh tịnh y hệt như nhau chứ không phải có vụ sự thanh tịnh của vị Phật khác vị đệ tử. No. Chỉ có điều, ngoài cái thanh tịnh này thì vị đệ tử là một giọt nước sạch, Ngài là đại dương sạch. Giống nhau là đều là nước sạch. Chứ không có khác biệt. Cả 2 đều là nước, một bên là giọt/ chén; so với cái kia là đại dương. Đều là nước, nước sạch.

Chuyện nữa phải ôn lại. 10 Hạnh lành/ Ba La Mật kể ra để dễ hình dung, chứ thật ra mình học lớp thứ 3, thứ 5, thì phiền não là 14 tâm sở bất thiện/ thành tố tâm lý tiêu cực. Tất cả tội ác ngũ nghịch đại tội, tà kiến, đốt chùa, phá tượng, giết cha, giết mẹ... đều từ 14 mà ra.

Tất cả hạnh lành từ sinh thiên, hưởng thụ đến chứng thành Phật Tổ Nhưa Lai đều là 25. Cho nên nói tu 10 cũng được mà tu 25 cũng được. 10 là hình thức thể hiện của 25 đó. Chứ không có gì ghê gớm. Tu là bỏ bớt 14, đắp xây 25.

Chúng sanh có 3 hạng:

1. Quan tâm thích ghét buồn vui, chuyện bậy cỡ nào cũng làm.
2. Quan tâm thích ghét buồn vui, làm lành lánh dữ.
3. Làm lành lánh dữ nhưng không phải vì trốn khổ tìm vui mà gieo duyên lành giải thoát không còn thiện ác buồn vui nữa. Hạng này cực hiếm.

Mình muốn tu Ba La Mật là hạng thứ 3.

10 Ba La Mật giải thích được 8, sáng nay mình giảng 2 cái còn lại: Từ Tâm Ba La Mật & Hành xả Ba La Mật.

9/ Từ Tâm Ba La Mật

Từ Tâm là cái gì? Trước hết, mình phải định nghĩa Phật học tổng quát cái đã, trước khi đi sâu.

Từ Bi Hỷ Xả Phật tử ai cũng biết nói, kể cả người Việt Nam không biết Phật pháp cũng biết nói, chỉ có Tây không biết thôi chứ Việt Nam nào cũng biết Từ Bi Hỷ Xả hết. Nhưng kêu định nghĩa không được, chỉ nói chung chung là thương người thương vật. Nói rốt ráo thì trong kinh điển mình không định nghĩa chung chung vậy được.

Từ = Lòng thương, muốn cho người khác, từ người tới vật, tùy, đôi khi mình chỉ thương được người thôi, thương được dân tộc thôi, thương được da vàng Á Châu thôi,... Muốn cho người khác sống trong Nhân lành, Quả lành.

Mong người ta sống trong Nhân Lành = Mong người ta biết tu, biết sống thiện.

Mong cho người ta sống trong Quả lành = Mong người ta đừng bệnh hoạn, nghèo khổ, sợ hãi, hờn giận, oan trái.

Mình mong mọi người sống trong nhân lành, quả lành.

Tâm Từ = Mong người khác sống trong Nhân lành, Quả lành.

Tâm Bi = Mong người khác đừng sống trong nhân xấu, quả xấu. Có nghĩa là mình biết chạnh lòng, biết động tâm, biết trắc ẩn khi thấy người ta sống trong nhân xấu, quả xấu. Thấy người ta đi câu cá, săn bắn, sát thương,... mình thương, như mẹ thấy con đang làm bậy. Thấy người ta khổ quá khổ lòng không yên. Có cảm giác không cam tâm, không đành lòng thấy người khác sống trong nhân xấu quả xấu là Bi. Thấy con mèo bắt chuột tội nghiệp con chuột, tội nghiệp con mèo luôn. Thương con chuột vì sống trong quả xấu, thương mèo bắt chuột là đang sống trong nhân xấu. Đó là nghiệp sát.

Tùy Hỷ = Niềm vui, chia sẻ, chung vui một cách CHÂN THÀNH, bất vụ lợi khi nhìn thấy người khác sống trong nhân lành, quả lành.

Thấy người khác giàu nhào tới làm quen không phải là tùy hỷ. Tùy hỷ là mình lặng lẽ đứng từ xa, đứng trong bóng tối nhìn người ta sung sướng mình cũng vui.

1. Kiếp trước nó biết tu, mình vui.

2. Hễ thế giới có đứa sướng thì bớt được mớ tội. Thí dụ nó bớt nghiệp của người nghèo. Hễ có tiền nó bớt được tội đó. Tùy hỷ là đứng từ xa mình chia sẻ, mình chung vui, với cái nhân lành, quả lành của người khác. Thấy nó biết tu, biết thiền, biết thí, biết giới, biết văn (= nghe đạo). Mình vui nhưng đứng từ xa, trong bóng tối không phải xu phụ.

Xả = Trạng thái tâm bình thản khi biết không thể làm gì được cho người khác. không thể giúp được cho người khác, thấy người ta khổ quá mà mình không giúp được gì hết. Bình thản từ đâu ra? **Từ nhận thức rằng: Mỗi người có nghiệp riêng.**

Nhìn chúng sanh khác với nhận thức như vậy: Người này đang sướng, đang khổ, đang thiện, đang ác với sự gia trì, sự tác động của tiền nghiệp quá khứ. Nhìn chúng sanh khác với nhận thức như vậy, tâm trạng này được gọi là Xả Ba La Mật. Nhìn luôn gắn liền nhận thức như vậy: Người này đang sống với tác động của tiền nghiệp quá khứ, một phần do kiểu sống hiện tại, nhưng cái gì thuộc hiện tại mình còn chỉnh sửa, thuộc về tiền nghiệp là chịu thua.

Giờ mình quay lại 2 đề mục sáng nay. Đó là Từ Ba La Mật, Xả Ba La Mật, muốn thành Phật phải có 2 cái này.

Có nhiều cách định nghĩa.

Từ = Mong người ta sống trong nhân lành, quả lành; hoặc định nghĩa khác không sai: Thương mến, không thù ghét người ta, mong người ta được điều tốt lành, tốt đẹp. Rất khó. Nếu chỉ nghe thầy bà nói như két, như vẹt, như nhồng, như sáo thì 3000 đại kiếp tu không được cái này. Không thể nói dóc: tôi nghe vậy, bắt chước về nói, làm sao tu. Từ mà không giận sao được? Nó có kỹ thuật.

1. Phải học giáo lý. Nếu chẳng may không có điều kiện học giáo lý, không có trí văn, bắt buộc xài trí tư.

Tư cái gì? 1/ Không có chuyện gì đáng để giận. Chúng ta hoàn toàn không có lý do để giận, không có chuyện gì đáng giận, không có người nào để giận. 2/ Chúng ta chỉ có lý do để thương người ta thôi.

Nói cho rốt ráo là:

- Không có chuyện gì đáng giận.
- Không có người nào để giận.

Tại sao mình giận chuyện đó? Vấn đề nó nằm chỗ này: Phật dạy rồi nhưng không thực tập. Nó kẹt chỗ không thực tập.

Không có lời dạy nào của Phật không cần thực tập, chuyện đó không có. **Không bao giờ có chuyện lời Phật không cần thực tập, cần móc xài liền là không có.**

Nghe ba chớp ba nhoáng, mở kinh đọc 1, 2 trang, thấy thời Phật ai đó nghe cái đắc. Khổ quá. Bớt khờ cho tôi nhờ. Làm gì có nghe cái đắc, người ta tu bao nhiêu ngàn tỷ kiếp người ta mới được như vậy, làm gì có người nào khơi khơi nghe cái đắc.

Có ai tu hơn chư Phật không? được trí tuệ như chư Phật đâu dễ, nhưng trí đó đâu ra? Cũng phải là sự huân tập, cũng phải là sự thực tập vô số đại kiếp.

PHẢI THỰC TẬP

Không hề có lời Phật nào nghe bỏ túi thành của mình. Thật ra mình có nghe bao nhiêu pháp sư, giảng sư của Phật, của Kinh, là của người ta, mình chưa được cái gì hết. Phải thực tập.

Tại sao mình bực chuyện đó? Có 1001 cách để không giận. Thí dụ, nghĩ hoài cái chết, vô hũ là hết chuyện, ra gò là hết chuyện. Nó chửi và đứa bị chửi vô hũ là hết chuyện. Mà Phật dạy không phải chúng tôi bày. Niệm sự chết hoặc niệm bất tịnh, niệm hoài, tôi là thùng rác, trong kinh Girimānanda dạy tiếp: tôi là ổ bệnh chưa xì- nó chưa xì thôi chứ ung thư, tiểu đường,...

Tôi van xin các vị dẹp đi, dẹp ba cái chuyện sám hồng danh. Niệm cái đó thì niệm 300, 500 giúp được cái gì? Không phải tôi chê, đó là biện pháp, giải pháp giúp tập trung tư tưởng, tôi không chê, nhưng để đối phó phiền não mình phải đập thẳng vô cái gốc của nó. Chữa ngoài da khó lắm. Tôi biết tôi nói đụng dữ lắm. Niệm cái gì trớt quớt mà mắc mớ gì niệm hoài, chưa kể đọc không hiểu nữa.

Cứ niệm hoài vậy: Mình là cái xác chưa chôn, mình là thùng rác chưa đổ hết, rác cũ chưa hết, rác mới vô thêm; Mình là một ổ bệnh. Chết rồi cái gì cũng xong, qua kiếp khác là chuyện khác. Phải luyện tập nhiều năm nhiều tháng như vậy, sẽ có một ngày, các vị thấy: Không có chuyện gì để giận, không có ai để giận. Vấn đề là Không có người, mình là một cái xác chưa chôn, một cái xác chờ chôn, một thùng rác đổ chưa hết, mình là một ổ bệnh. Tất cả toan tính, danh lợi, phù phiếm,... chỉ là trò hề thôi.

Bao nhiêu người thành tựu danh lợi, quyền lực, chức vụ ngất trời, búng tay một cái là tất cả về 0. Cái này không cần kinh nói, chỉ cần nhìn ra đời là mình thấy rồi: Nhan sắc, tiền bạc, tiếng tăm, chức vụ, ảnh hưởng với thiên hạ, đúng 3 nốt nhạc thôi mất sạch. Đừng nói tuần, tháng, năm. Chỉ cần nó hước cái nó đi là xong, hoặc bùm cái trên mạng nó lan ra là xong. Đối tác mình có vấn đề mình cũng sụm bạ chè nè.

Phải tu tập đến mức nó vô máu mới được, thì lúc bấy giờ nhìn đâu mình cũng thấy thương.

Tu tâm từ có 2 cách:

1/ Không thấy lý do mình ghét.

2/ Chỉ thấy lý do để thương.

3/ Thấy : Không có ai để thương, không có cái gì để ghét.

Để làm chuyện này: PHẢI THỰC TẬP. KHÔNG HỀ CÓ PHÁP MÔN NÀO NGHE XONG BỎ TÚI SỐNG SÚC VẬT, NGHE RỒI BỎ TÚI, TỚI HỒI CẦN LÔI RA. Lúc đó giận quá, sợ quá móc ra lúc mình có nghe rồi, mình nghe mình thấy hay lắm giờ nhớ lại thầy này bà kia giảng. No. Không bao giờ làm được. PHẢI LIÊN TỤC.

Không có pháp môn nào gặp chuyện móc ra xài, chuyện đó không có. Tôi khẳng định vậy.

Đừng nghĩ Phật dạy không hiệu quả. No. Tại mình. **Tất cả lời dạy của Phật đòi hỏi sự thực tập. Thiếu sự thực tập không cách nào thấy sự hiệu nghiệm trong lời Phật hết.**

Mình thương người khác vì mình sợ tội, mình thương người khác vì mình muốn cầu công đức. Còn Ba La Mật là tình thương của một người cầu Phật đạo. Mình tính chửi người ta mà sợ tội cũng là tu tu vì sợ tội. Dạng thứ hai là cầu phước nhân thiên mong kiếp sau được này được kia. Từ Tâm Ba La Mật là tình thương của người cầu Phật đạo. Tình thương ấy không phải một ngày một buổi mà có, nó phải được huân tập, tích lũy nhiều đời nhiều kiếp; Nếu ngay kiếp này cũng phải nhiều năm nhiều tháng. Không thể nào nghe ba chớp ba nhoáng là có rồi, có chuyện móc ra xài là không bao giờ có, không bao giờ có chuyện thiếu thực tập, thiếu hành trì có thể dàn xếp cơn điên của mình.

Tùy thuộc căn cơ, duyên lành giải thoát mà:

- Có gặp Phật pháp, nói luôn đạo Chúa, đạo Hồi không, anh có gặp Chánh đạo hay không?
- Gặp thông qua sự giới thiệu của thầy bạn nào? Tác giả sách nào? Diễn giả nào? Chính thông qua người đó chúng ta có một **khuôn nhận thức,** rất đặc thù. Ngôn ngữ nó quan trọng lắm. Đọc kinh Phật tạng qua chữ Hán não trạng nó khác, tâm trạng nó khác. Tôi tuyệt đối khẳng định điều đó đúng. Ngôn ngữ mình đọc, mình nghe tuyệt đối quan trọng, nó có tác động đến tâm thái, tâm trạng của chúng ta. Mở bài kinh Nhất Dạ Hiền bản Pali khác, bản ngài Minh Châu khác, bản ông A, bà B khác. Cái đó rất quan trọng. Cũng tiếng Việt mà tiếng Việt ngài Minh Châu khác tiếng Việt người khác. Kinh Nhất Dạ Hiền bản tiếng Việt không giống tiếng Anh, không giống tiếng Nhật, không giống tiếng Pali. Biết Chánh pháp thông qua nguồn nào?
- Biết Phật pháp rồi mình quan tâm cái gì? Mình là học trò Ajahn Brahm bên Úc, mình là học trò hòa thượng Làng Mai bên Pháp, hoặc một vị nào đó trong Việt Nam, vị đó chủ trương ngồi thiền, chủ trương bố thí cúng dường, cầu nguyện bái sám.. nhưng chưa đủ, còn phía mình nữa. Thông qua sự tác động của thầy bạn, bản thân mình mình chốt lại: Mình thích cái gì? Cho nên, có gặp Chúa gặp Hồi hay không? Ai? Nguồn nào đêm anh vào đạo? Thông qua nguồn đó anh tự định hình một cái khuôn, một cái khung hình thức, một cái khuôn niềm tin rất đặc thù đặc hữu. Tùy thuộc căn cơ của anh, khuynh hướng tâm lý của anh mà anh chọn cái gì để anh theo, anh coi cái gì là điểm tâm đắc nhất.
- Cuối cùng, chọn rồi anh có thực tập hành trì, theo đuổi cái anh hiểu, anh có sống như anh hiểu hay không?

Đừng trách kinh không linh ứng, hiệu nghiệm. Mà mình nè.

Không hề có pháp môn nào Chánh niệm, Từ Tâm, Tùy hỷ,... Không hề có pháp môn nào mà không cần sự thực tập. Thiếu sự thực tập có làm tăng ni một đời, 80 năm cũng không có niềm tin vào Phật, cạo đầu cho mát vậy thôi. Dầu anh rao giảng, nổi tiếng cách mấy, anh thiếu thực tập thì lời Phật chỉ là mây trời trên đầu anh mấy trăm mét, anh không chạm được. Nhớ cái đó, rất quan trọng.

Tu tập Từ Tâm không phải toan tính mà khi nhận thức đủ rồi, nó không ghét được, nó bèn thương; Nó đơn giản vậy thôi; khi Phật pháp được trang bị đúng mức, mình không còn tìm ra được lý do để ghét, không ghét được bèn thương.

Không có gì để ghét và không có người để ái luyến. Nó đi từng bước rất là cực:

- Không có chuyện gì để mình bực.
- Không có ai để mình bực.

Bước một là đã ngon rồi. Có nghĩa là lúc đó mình không cần bận tâm: Mình phải ráng, trong kinh nói có Tâm Từ là có phước báu. Có nhận thức đó là rởm. Chuyện đầu tiên mình phải giải quyết: Tại sao mình bực mình, bất mãn, ghét, giận người khác? Tại sao và Tại sao?Giải quyết cho xong vụ này.

Muốn thành Phật phải đi qua vụ này trước, tự Ngài phải thông tỏ, thấu suốt chỗ rnày. Bồ Tát là còn phàm. Để tìm ra lý do ghét rất ghét, Ngài toàn lý do thương. Mình thì ngược lại tìm lý do thương không khó nhưng ghét thì một tỷ.

Phải thực tập. Đầu tiên phải thấy : Tất cả là giả hợp, tất cả là duyên tạo. Nghe nó rất cuồng tín. Gì kỳ vậy, nghe đâu mắc mớ gì vụ thương. Yên tâm. Anh phải tháo rời con người anh ra, không thấy cái gì là anh, của anh, thì anh mới không thấy cái gì là người khác, của người khác, khi không có ta không có người cái ghét tự mở ra. Cái ghét tháo ra cái còn lại là cái thương.

Một cư sĩ đến gặp thiền sư:

- Thưa ngài, con muốn được hạnh phúc.

- Con viết ra giấy đi.

- “Con muốn hạnh phúc”.

- Giờ con lấy cái viết bôi/xóa chữ tôi đi, còn cái gì? “Muốn hạnh phúc”; bôi luôn chữ "muốn". Xóa chữ tôi, xóa chữ muốn còn lại là “Hạnh phúc”.

Một bài học rất là tiểu học. Chưa xóa cái tôi sao được này được kia. Sau đó bỏ cái muốn, còn lại là Hạnh phúc. Cứ như vậy.

Mình phải định nghĩa lại.

Tại sao gọi là Hạnh phúc? Có được cái mình muốn là hạnh phúc. Cái muốn ở đâu ra? Do Tền nghiệp, khuynh hướng tâm lý, cho nên bây giờ mình mới có mặt trong môi trường sống nào đó, trong một thân phận, hình hài nào đó mình bèn có cái thích đó, không phải ai cũng thích như mình. Như vậy cái thích này là một thứ mặc định, ước lệ. Trong điều kiện hoàn cảnh nào đó mình mới thích. Mà hễ có được cái mình muốn = Hạnh phúc. Đau khổ là gì? Đau khổ là cái ngược lại. Chịu đựng cái mình ghét = Đau khổ. Ghét cũng do tiền nghiệp, khuynh hướng tâm lý, nó đẩy mình vô một thân phận, hình hài, một hoàn cảnh, môi trường, điều kiện nào đó, hễ mình thích cái này mình ghét cái ngược lại. Thế là cái thích, ghét của mình phải xét lại.

Không phải một ngày một buổi thành của mình mà phải tâm niệm thường xuyên thường xuyên, bớt làm chuyện ruồi bu.

Đọc như con nít. Thường xuyên tâm niệm như vậy, sẽ có một ngày mình không tìm ra lý do dể ghét, và không tìm ra người để ghét, tự nhiên nó có Từ Bi. Từ Bi ở người cầu đạo giải thoát là Từ Tâm Ba La Mật.

10/ Hành Xả Ba La Mật

Xả trong giác chi nằm giữa Hỷ, Lạc- Khổ, Ưu.

Xả trong Tứ vô lượng tâm nằm giữa thương và ghét

Xả Ba La Mật nằm giữa tất cả mọi thái cực của đời sống nói chung, sướng khổ, vinh nhục, khen chê, thăng trầm... với điều kiện nó là trạng thái tâm xả của vị cầu giải thoát, còn người không tin Phật, không cầu giải thoát chỉ có Xả Phạm trú chứ không thể có Xả Ba La Mật. Xả Ba La Mật = Trạng thái tâm bình thản giữa vinh nhục khen chê sướng bổ, lòng vẫn dửng dưng.

Muốn tu cái gì phải thực tập, không thể nào chỉ nghe lý thuyết. ớn nhất là thấy ông thầy nào vừa ý tui chịu, về không thực tập. Ông thầy không giúp gì cho mình, tiếp tục khổ, đổi qua thầy khác. Tôi gặp rồi. Đầy hết. Nay thầy này mai thầy kia. Hỏi sao chọn thầy đó? - Tại thầy nói vừa ý con. Tới cữ lên phiền não y chang. Chọn thầy vì mặt mũi vừa ý, âm thanh vừa ý, cách nói vừa ý, lý luận vừa ý, quan điểm nhận thức vừa ý, bèn theo. Thật ra chỉ là sưu tập thôi. ThầybBà tăng ni đem về sưu tập như tem đồ cổ. Phật tử vậy không đi xa được, nay thầy này mai thầy kia. Tôi biết có nhiều người có thú sưu tập, phải nổi tiếng mới theo, ăn nói hay mới theo, mặt mũi, giọng nói du dương, làm kinh tế giỏi, nhiều đệ tử đại gia... mới theo. Thật ra trật lất hết. **Không thầy bà nào để mình theo nếu bản thân mình chưa sẵn sàng đón nhận hướng dẫn từ người đó một cách thông minh.** Nó hơi dài nhưng nó làm gọn hành trình tu học của mình.

Nhớ cái này. Không có thầy bà nào hết nếu mình không sẵn sàng đón nhận một cách thông minh sự hướng dẫn của người ta. Mình không thể nào thể thực tập được nếu không sẵn sàng.

Mình chưa thấy sợ, chưa thấy hình hài này là gánh nặng, chưa thấy nay mai gì mình phải đối diện cái già, cái bệnh, cái chết, chưa thấy sự có mặt này là sự đáng sợ thì không có lòng tu. Không có lòng tu nghe mấy cái này trớt quớt: Kệ nó ghét thương gì cũng chết, tại sao phải tu cái hạnh thương người, tập hạnh tùy hỷ, tập hạnh chia sẻ, cảm thông chi. Tôi gặp người đó rồi. Họ nói cứ đói ăn, khát uống, tu gì? Tôi còn nghe nhiều chuyện động trời, có ông đó Phật tử, ổng chủ trương mình chỉ cần sống vui vẻ, không hại ai là tu rồi. Ổng hiểu sai. Không hại ai đâu phải đâm chém mới hại, mà phải không hờn giận, không tham, sân, chưa đủ, không hại ai là không có điểm trừ thôi, nhưng phải có điểm cộng chứ.

Tưởng tượng coi tui nè: Tôi đi làm công chức nhà nước, sáng vô 8h gõ cọc cọc trưa ăn miếng cơm bà xã đưa đem theo, gõ cọc cọc chiều về, cuối tháng tiền gởi bà xã nuôi con... Theo quý vị tôi hại ai? Tôi có hại ai không? Tôi là thầy giáo, sáng chiều phấn trắng bảng đen, gõ đầu trẻ, tôi hại ai? Sáng cắp ô, cầm giáo án lên trường, chiều dạy đôi ba tiết vậy, mấy chục năm, nói theo quan điểm nhiều người vậy là thiện. Không. Đạo Phật thì ổng không tạo nghiệp ác, nhưng ổng không tạo được nghiệp lành nào hết, chứ đừng nói tôi không nợ là tôi giàu. Sai. Ổng không có nợ nhưng ổng chưa kiếm tiền. Cho nên mình nghe nhiều câu hay hay mà nó thích ứng, nó thuận ứng, nó thích hợp, nó vừa vặn với nhận thức của mình, mình bèn theo nó. Nguy hiểm của dòng luân hồi chỗ đó. Khi không gặp minh sư thiện hữu mà gặp mấy người cà chớn nó phán mà mình vừa ý là mình chết, cả đời đu theo là ăn cho hết luôn.

Xả khó làm ở chỗ, chúng sanh phần lớn chỉ biết sướng khổ buồn vui. Hạng thứ 2 biết quan tâm thiện ác, cái gì nên không nên; Cái này mới khó, hồi xưa mình thích khoe nhan sắc, tài sản, sức khỏe, quyền lực,... tới lúc có chút kiến thức, đức hạnh bèn thích cái khác, muốn người khác biết mình uyên bác, đức hạnh. Khổ vậy đó. Ly dục là gì? - Không tiếp tục đắm chìm đam mê trong đời sống vật chất, quá hay, tuyệt vời, rất thánh, very noble, nhưng mong người ta biết mình không thích gì là sai.

Hồi xưa mình thích tùm lum là cấp thấp nhất. Lên cấp 2 giờ mình ngồi thiền hít thở, thích trăng thanh, gió mát thôi, không màng đệ tử cúng dường, tiền bạc, nhung sâm, yến sào, bào ngư, xe cộ, chùa to Phật lớn, dẹp. Giờ thích hít thở mỉm cười thôi, mình muốn người ta biết mình như vậy, mình buồn giận khi người ta không nhắc tới buông bỏ của mình. Chẳng những nó không nhắc mà nó còn hiểu lầm mới ghê.

Khi có thích, có bực thì chưa khá. Bồ Tát là sao?

Xả = Khen chê, vinh nhục,... là không. Phần Ngài, Ngài làm đẹp nhất như có thể, he tries his best, làm cái tốt nhất nhưng không cần đời biết, lỡ đời hiểu lầm chửi như chó thì cũng nhăn răng ra cười. Cái đó mới là Hành xả Ba La Mật.

Kình nói xả nhưng mình không hiểu xả là gì, không thích khen nhưng sợ bị chê; không thích chê nhưng khoái khen. Mong người khác biết mình có khả năng hành xả. Tôi là lâu lắm rồi khen chê vinh nhục tôi không màng – thấm rồi nha, thấm tương chao rồi. Nhưng, tôi mong người khác biết tôi như vậy, tôi phiền khi người khác không biết tôi được như vậy. Như vậy lúc bấy giờ háo danh này là háo danh vi tế. Tôi tránh nhưng tôi mong người khác biết tôi tránh. Bao nhiêu lần bị chúng chửi, thị phi, chà đạp, tôi không phiền – hay quá, nhưng tôi muốn chúng biết tôi không phiền trong mấy vụ đó. Sai.

Tôi kể hoài chuyện anh đó bị tâm thần phân liệt, ăn rồi chui vô tủ trốn. Gia đình hỏi tại sao, anh nghĩ ảnh là hạt thóc sợ con gà ăn. Đem vô bệnh viện tâm thần bác sĩ chữa trị một thời gian đem về, thời gian sau đem vô lại: Tôi không thể bình tâm nghênh ngang sinh hoạt như mọi người, vì sao, tôi biết tôi không phải hạt thóc nhưng tôi sợ con gà nó không biết. Cái biết đó có vấn đề.

Mình nói lìa danh lìa lợi nhưng cái biết đó chưa, mong người khác biết là chưa khá.

Thí dụ mình hạnh đầu đà, có 13 hạnh, trong đó y áo mặc trong người là vải lượm, đồ ăn đi bát là đi xin, chỗ ở là không ở mái che mà chỉ gốc cây, hang động, tha ma, mộ địa, nghĩa trang; nhưng có vị dính mắc người, có người dính mắc nơi chốn, có người dính mắc danh phận.

- Dính mắc người: Hạnh đầu đà nhưng mình thích ở gần gia đình, học trò, thân tín. Đi bát đi ngang xóm đệ tử đông đỡ cực, thay vì đi 3 cây số đi chừng nửa cây là xong, mà toàn đồ ngon không.
- Dính mắc về chỗ: Tuy không có ai đặc biệt nhưng mát mẻ, đẹp, Phật tử đông.
- Dính mắc danh phận: Khi mình hành đầu đà, khi được nghe khen mình thích, mong người khác biệt.

Vị đầu đà thứ thiệt là làm gì cũng buông, kể cả danh xưng đầu đà cũng không màng, thấy lao nhao là dzọt liền. Sợ danh lợi đến mức vậy. Có ba mớ, không giữ tiền, đi đâu dắt kappiya theo,...

Xả Ba La Mật = Đứng ngoài khen chê..., không bị khen chê tác động, không mong người khác biết mình như vậy. Coi thường khen chê không mong người khác biết mình coi thường khen chê.

Phải thực tập. Không thể nào một ngày một buổi nghe câu kinh nghe xong cất để dành ăn chơi hưởng thụ tung tăng như trẻ còn đùng cái hữu sự móc câu kinh ra xài, không bao giờ có. Phải thực tập ngay bây giờ.

Lời nhắn gửi ba xu, vẫn nhắc.

Tất cả những ai mở giấy tờ coi mình 50 chưa. Bài giảng sáng nay đặc biệt cho người từ 50 trở về sau. Xương đã loãng, gan mật phèo phổi đã bắt đầu có vấn đề. Chúng ta không còn thời gian để nhét mấy câu kinh vào túi để tung tăng mà ngay bây giờ phải thực tập. Vì, rất khoa học, sau 50 toàn bộ cơ thể vào giai đoạn chuẩn bị sụp đổ, đảo chánh. Dầu khỏe cách mấy. Mình giả định mình 100 thì 50 là tuổi xuống. Nếu mình 80, 70, 60 thì tuổi 50 là dưới dốc, lưng chừng dốc rồi. Thời gian còn lại đương nhiên nó tệ lắm, không như thời gian lúc này.

100 đô la đổi 5 tờ 20, giá trị 5 tờ bằng nhau. Giả định mình sống 100 năm,mỗi giai đoạn 20 năm. Thì 5 giai đoạn đó phẩm chất tuyệt đối không giống nhau. Thí dụ: 20 đầu đời nửa người nửa thú khờ dại không biết gì, 20 năm cuối đời vật vờ sống không bằng chết. Có đúng không? 80-100 vật vờ vật vưỡng. 20 năm đầu là trẻ con, kể chi. Như vậy gia tài của mình 100 năm mất gần phân nửa rồi. Mất 40 năm, còn 60 năm giữa thôi. Đó là tôi nói 100. Mình giờ còn 80 thôi - 20 năm đầu = 60, 20 năm cuối, từ 60-80 thấy có thấy ai học được cái gì không? Có thấy ai 60 đi học ngoại ngữ, bắt đầu học cái gì đó không? Có mà hiếm lắm. Dù 60 còn khỏe, cũng ok nhưng hết rồi. Nó đang đi xuống. Mình chết trước khi mình giỏi, mình chết trước khi mình xài nó.

Thấy đi một vòng, các vị ủa, mấy cái này liên quan gì xả ta? Khi mình có hết mấy nhận thức này, khả năng xả tâm của mình nó mạnh hơn rất nhiều. Mà nó là thái độ bình thản từ khả năng nhận thức. Khả năng nhận thức từ chỗ mình có khả năng buông những cái không có khả năng khiêng vác. Khi quăng rồi

tự nhiên nó nhẹ, nó nhẹ rồi mình mới có khả năng bình tĩnh, tỉnh táo làm việc thông minh. Cưu mang khiêng vác nhiều quá, thời gian không có, đừng nói não trạng, tâm trạng, thể trạng để làm cái gì.

Sáng nay, tôi chốt lại, Từ Tâm & Hành Xả.

Từ Tâm:

- **Không có chuyện gì để giận**
- **Chỉ có lý do để thương**
- **Không có người nào để ái luyến hờn giận.**

Xả Ba La Mật: Mọi thứ là phù phiếm, mãn thọ rồi tất cả là quá khứ.

Quá khứ là một từ rất là đau lòng, ám chỉ cho một cái không còn nữa. Đức Đạt Lai Lại Ma nói rất nổi tiếng: *Trong một năm 365 ngày có 2 ngày không làm được gì hết là Ngày hôm qua và ngày mai.*

Ngày hôm qua = đã xong rồi.

Ngày mai = Chưa.

Ngay bây giờ chỉ có Right now, Right here. Hễ ngày mai, ngày hôm qua không làm ăn gì được hết. Với nhận thức này mới tu Từ Tâm, Hành Xả tới nơi tới chốn.

Không có lời dạy nào từ lời Phật, lời Thánh, lời Tổ, lời Thầy bạn mà có thể bỏ vô túi không cần thông qua hành trì, chế biến, xào nấu, thấm thía. Không hề có. Tất cả đều phải được mình thấm thía, tiêu hóa, thực tập hành trì, thân chứng, thể nghiệm. Khi nó là của mình rồi mình mới xài được.

Hỏi của mình là sao? Lúc đầu mới xăm thôi, nó mới vô da thôi; sau đó nó vô thịt, sau đó nó vô xương, thành tủy, thành máu; Phải đưa vô máu, vô tủy mới là của mình. Còn giờ mình nói ông đó thuộc kinh nọ tạng kia đều là xăm hết, ngoài da hết. Mặc dù khá; tăm mà kỳ cọ không trôi là khá nhưng chỉ là xăm thôi. Phải đưa nó thành tủy thành máu mới là của mình. Lúc bấy giờ không phải muốn tu mà tự động có tâm tu, không phải đụng chuyện móc ra đối phó. No. Lúc bấy giờ Bản thân mình là pháp, bản thân mình là hạnh tu, bản thân mình là 25 tâm sở, nó có cách xử lý, đối phó, giải quyết vấn đề, xử lý vấn đề, đối diện vấn đề rất ngoạn mục. Mà những từ đó nghe rất nặng, tự nhiên nắng lên sương tan. Mình kêu là đối phó. Thích thì kêu. Nó tự nhiên như vậy thôi. Phần nắng cứ chiếu xuống và phần sương thì tan đi.

Có bài thơ tôi nhớ ý thôi: mặc ai thiên hạ dời non lấp bể, ai dựng xây đào lũy xây thành, còn phận tôi chỉ là chiếc lá, suốt bốn mùa chỉ biết xanh rồi héo, chứ tôi không biết làm gì hết; Chuyện riêng mình chỉ có việc là xanh.

Chỉ xanh thôi.

Ok. Chúc các vị một ngày vui. Hẹn lại nhau kì sau./.